

Gợi Ý 4 Combo Vitamin Tổng Hợp Theo Giai Đoạn Thai Kỳ Cho Mẹ Bầu

Mang thai là giai đoạn mà cơ thể người phụ nữ nhạy cảm nhưng lại cần nhiều chất dinh dưỡng nhất. Vì vậy việc bổ sung các vitamin và khoáng chất cho phụ nữ trong suốt thai kỳ phải được cân đo và theo dõi sát sao. Trong bài viết hôm nay, nhà thuốc Vivita sẽ gợi ý cho các mẹ 4 Comb **vitamin tổng hợp cho bà bầu** theo giai đoạn thai kỳ.

1 Vitamin tổng hợp cho bà bầu uống khi nào?

Trong suốt thai kỳ, phụ nữ đòi hỏi rất cao các vitamin và khoáng chất nhằm đảm bảo sức khỏe của mẹ và giúp thai nhi phát triển bình thường, khỏe mạnh. Vì vậy các loại vitamin tổng hợp luôn cần thiết cho bà bầu trong suốt thời gian mang thai. Tuy nhiên sử dụng thuốc hay vitamin cần được xác định hàm lượng rõ ràng, tránh dư thừa bất kỳ thành phần nào dẫn đến các tổn thương ở thai nhi.



Thai kỳ được chia thành 3 giai đoạn chính: giai đoạn 3 tháng đầu, giai đoạn 3 tháng giữa và giai đoạn 3 tháng cuối. Trong đó 3 tháng đầu thai kỳ được coi là giai đoạn nhạy cảm nhất của thai nhi. Giai đoạn 3 tháng giữa và 3 tháng cuối thai kỳ, gần như thai nhi đã ổn định hơn, ít bị tác động hơn. Vì vậy giai đoạn này các bà mẹ thường bổ sung các loại dưỡng chất cần thiết gần như là giống nhau suốt 6 tháng cuối thai kỳ.

2 Vitamin Tổng Hợp Cho Bà Bầu 3 Tháng Đầu Thai Kỳ

3 tháng đầu thai kỳ là giai đoạn phát triển quan trọng nhất của thai nhi. Đây là giai đoạn mà hệ thống thần kinh của trẻ bắt đầu phát triển, cùng với đó là não và tủy sống hình thành, tim, hệ tuần hoàn và các cơ quan nội tạng khác phát triển. Đến cuối giai đoạn này, hầu hết các bộ phận trên cơ thể thai nhi như chân, tay, mắt, mũi,... đều hoàn thiện. Như vậy, việc bổ sung dưỡng chất nào, hàm lượng bao nhiêu sẽ quyết định hoàn toàn khả năng phát triển bình thường của đứa trẻ ra đời sau này.

Một số chất cần thiết nhất cho thai nhi giai đoạn này như:

- Axit folic: 400 – 600 mcg/ngày. Một số bà mẹ có thể cần cung cấp lên đến 800mcg axit Folic
- Canxi: 800 – 1000mg
- Sắt: 45 – 90 mg/ ngày.

- Vitamin D: 600 đến 2000 IU/ngày

2.1 Bộ vitamin bầu 3 tháng đầu thai kỳ 1

2.1.1 Blackmores Pregnancy Iron 30 viên bổ sung sắt cho bà bầu

Viên uống Blackmores Pregnancy Iron 30 viên là sản phẩm của thương hiệu Blackmores nổi tiếng trên thế giới. Blackmores có nhiều dòng sản phẩm hỗ trợ sức khỏe toàn diện cho mọi đối tượng. Quá trình nghiên cứu kỹ càng, sản xuất nghiêm ngặt, kiểm định chặt chẽ từ đó cho ra đời các sản phẩm đạt chất lượng cao, đem đến uy tín của thương hiệu.

Thành phần

- Thành phần viên uống là Iron (II) glycinate (iron 24 mg) 87.7 mg. Cấu trúc Sắt II giúp hấp thu nhanh chóng ngay vào máu mà không cần trải qua quá trình chuyển hóa trong ruột.

Công dụng

- Bổ sung Sắt cho bà mẹ trước khi mang thai, trong giai đoạn 3 tháng đầu và cả suốt 6 tháng cuối thai kỳ.
- Giúp bổ sung lại lượng Sắt mất đi do mất máu khi sinh, hỗ trợ bà mẹ sau sinh phục hồi tạo máu nhanh chóng.

Cách sử dụng

- Uống 1 viên mỗi ngày. Nên uống buổi sáng, sau ăn, với nhiều nước.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Úc.
- Quy cách đóng gói: chai 30 viên
- Giá thành tham khảo: 240.000 VNĐ.

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc



2.1.2

2.1.3 Vitamin tổng hợp cho bà bầu Pregnacare Max

Đây là dòng sản phẩm dành cho bà bầu đến từ thương hiệu Vitabiotic, vương quốc Anh. Vitabiotic là công ty chuyên sản xuất dược phẩm và thực phẩm chức năng nổi tiếng tại Anh. Đề cao vấn đề chăm sóc sức khỏe bà mẹ và trẻ em, thương hiệu đã nghiên cứu và liên tiếp cho ra đời 3 dòng thực phẩm chức năng dành cho bà bầu. Trong đó Pregnacare Max là sản phẩm ưu tiên cho bà bầu trong suốt thai kỳ, đặc biệt 3 tháng đầu.

Thành phần

Mỗi 2 viên trong 2 vỉ chứa 56 viên uống vitamin tổng hợp màu xanh gồm có các thành phần với hàm lượng như sau:

- L-Arginin: 100mg
- N-acetyl cysteine: 50 mg
- Inositol: 100mg
- Natural Mixed Carotenoids: 2 mg
- Acid folic (vitamin B9): 400mcg.
- Sắt: 17 mg.
- Canxi: 400 mg.
- Vitamin D (tương đương D3 400IU): 30mcg
- Vitamin A, Vitamin C, [Vitamin E](#)
- Nhóm vitamin B từ vitamin B1, vitamin B2, vitamin B3, vitamin B6, Biotin, Acid Pantothenic, vitamin B12
- Các vi chất vi lượng khác: Selen, Mangan, Đồng, Kẽm, Iot

Trong mỗi viên uống màu vàng chứa Omega 3 nguồn gốc từ cá Hồi Na Uy có hàm lượng 600mg, tương đương:

- 300mg DHA
- 60 mg EPA

Công dụng

- Cung cấp các dưỡng chất giúp tăng cường sức khỏe của mẹ và bé.
- Hỗ trợ ngăn ngừa ốm nghén ở bà mẹ, giảm stress, căng thẳng và góp phần hỗ trợ hạn chế trầm cảm sau sinh.
- Bổ sung hàm lượng cao DHA, giúp quá trình phát triển não bộ, mắt và thần kinh tốt nhất trong 3 tháng đầu.
- Cung cấp hàm lượng cao Canxi và vitamin D giúp trẻ phát triển khung xương cứng cáp.
- Giảm nguy cơ sinh non và các dị tật bẩm sinh ở trẻ.
- Hỗ trợ khả năng kích thích hoạt động của tuyến sữa mẹ, từ đó giúp sản sinh đầy đủ các dưỡng chất tốt cho trẻ sơ sinh.

Cách sử dụng

- Uống mỗi ngày 2 viên vitamin tổng hợp màu xanh và 1 viên omega màu vàng. Uống sau bữa ăn với nhiều nước.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Anh
- Quy cách đóng gói: Hộp 3 vỉ (2 vỉ 56 viên nén xanh + 1 vỉ 28 viên nang dầu)
- Giá thành tham khảo: 419.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc

2.1.4

2.1.5

2.1.6 Optibac Probiotic cho bà bầu và mẹ đang cho con bú

Đây là dòng sản phẩm chuyên bổ sung **men vi sinh** cho bà bầu và bà mẹ sau sinh. Trong suốt thai kỳ, bà mẹ có khả năng cao gặp phải các vấn đề táo bón, rối loạn tiêu hóa, dẫn đến làm giảm hấp thu các chất dinh dưỡng cần thiết. Vì vậy bổ sung men vi sinh và chất xơ là điều cần thiết ở bà bầu. Một hệ tiêu hóa khỏe mạnh giúp bà mẹ phòng tránh được các vấn đề sức khỏe, tăng cường hấp thu chất dinh dưỡng, đồng thời, giúp tăng cường hệ miễn dịch cho trẻ từ trong bụng mẹ, giúp trẻ phát triển khỏe mạnh.

Thành phần

Mỗi viên Optibac Probiotic chứa:

- 12 tỷ men vi sinh sống bao gồm 3 chủng Lactobacillus rhamnosus HN001, Bifidobacterium lactis HN019 và lactobacillus acidophilus La
- 30mg chất xơ FOS.

Công dụng

- Hỗ trợ ổn định hệ tiêu hóa của mẹ bầu, phòng ngừa ốm nghén.
- Bổ sung chất xơ lành tính, hạn chế táo bón, hỗ trợ thanh nhiệt, ngăn ngừa tình trạng nổi mụn ở bà bầu.
- Tăng cường hấp thu các dinh dưỡng, tăng cường hệ miễn dịch của mẹ và thai nhi.

Cách sử dụng

- Mỗi ngày dùng 1 viên vào buổi sáng.
- Có thể uống nguyên viên với nước lọc hoặc có thể mở nang và trộn với nước, thức ăn.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Anh
- Quy cách đóng gói: Hộp 1 lọ 30 viên.
- Giá thành tham khảo: 437.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc



2.1.7

2.2 Bộ vitamin bầu 3 tháng đầu thai kỳ 2

2.2.1 Vitamin tổng hợp Elevit

Elevit là viên uống bổ sung vitamin và khoáng chất tổng hợp cho phụ nữ trong giai đoạn tiền mang thai, đang mang thai hoặc đang cho con bú. Sản phẩm thuộc thương hiệu Bayer của Đức, sản xuất tại Pháp. Elevit ra đời từ rất lâu trên thị trường và hiện nay vẫn được rất nhiều các bà mẹ tin dùng.

Thành phần

Hàm lượng thành phần trong mỗi viên vitamin tổng hợp cho bà bầu Elevit gồm có:

- Vitamin A.....2566 IU
- Vitamin D.....200 IU
- Vitamin E (D-alpha-tocopherol)....10 mg
- Vitamin C.....85 mg
- Vitamin B1.....1.4 mg

- Vitamin B2.....1.4 mg
- Vitamin B3 (Nicotinamid).....18 mg
- Vitamin B5.....6 mg
- Vitamin B6.....1.9 mg
- Acid folic 800 mcg
- Vitamin B12.....2.6 mcg
- Biotin.....30 mcg
- Canxi.....125 mg
- Magiê.....100 mg
- Sắt.....14 mg
- Kẽm.....11 mg
- Mangan.....2 mg
- Đồng.....1 mg
- Selen.....60 mcg
- I-ốt.....150 mcg

Công dụng

- Bổ sung acid folic, sắt và các vitamin giúp bổ sung dưỡng chất để chuẩn bị cho một thai kỳ khỏe mạnh.
- Hỗ trợ tạo máu, hỗ trợ tham gia vào quá trình hình thành phát triển não bộ, thần kinh của trẻ.
- Hỗ trợ khung xương trẻ hình thành và phát triển cứng cáp.
- Hỗ trợ tăng cường sức khỏe, nâng cao sức đề kháng cho bà bầu và thai nhi.

Cách sử dụng

- Uống 1 viên mỗi ngày với nước lọc. Có thể uống vào bất kỳ thời điểm trong ngày.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Pháp
- Quy cách đóng gói: Hộp 30 viên
- Giá thành tham khảo: 350.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.



2.2.2

2.2.3 DHA Bio Island

DHA Bio Island là sản phẩm cung cấp chuyên biệt hàm lượng cao **DHA cho bà bầu**. DHA đặc biệt cần thiết cho thai nhi trong giai đoạn 3 tháng đầu thai kỳ, giúp hỗ trợ thai kỳ khỏe mạnh. Sản phẩm được sản xuất tại Úc, thích hợp cho các đối tượng phụ nữ chuẩn bị thụ thai, đang mang thai và cho con bú.

Thành phần

- Thành phần bào chế nên viên uống DHA Bio Island là dầu giàu axit docosahexaenoic (DHA) có nguồn gốc từ loài vi tảo Schizochytrium 525 mg. Tương đương với 210mg DHA

Công dụng

- Bổ sung hàm lượng cao DHA, tham gia vào sự hình thành não bộ và thần kinh của thai nhi, giúp trẻ phát triển trí thông minh vượt trội.
- Hỗ trợ tăng cường sức khỏe bà bầu và thai nhi, nâng cao sức đề kháng.
- Tăng cường sức khỏe và tăng khả năng thụ thai ở phụ nữ.

Cách sử dụng

- Phụ nữ chuẩn bị mang thai và phụ nữ mang thai từ 0-10 tuần đầu thai kỳ: uống 1 viên mỗi ngày.
- Phụ nữ mang thai từ 10-36 tuần trở lên và đang cho con bú: uống 2-3 viên mỗi ngày.
- Uống ngay sau bữa ăn.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Úc
- Quy cách đóng gói: lọ 60 viên
- Giá thành tham khảo: 550.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.



2.2.4

ĐỌC THÊM >>> [GỢI Ý 6+ LOẠI DHA NHẬT BẢN CHO MẸ BÀU ĐƯỢC BÁN CHẠY](#)

2.2.5 Optibac Probiotic cho bà bầu và mẹ đang cho con bú

Sản phẩm Optibac Probiotic đã được chia sẻ trong bộ vitamin bầu 3 tháng đầu thai kỳ 1 ở trên. Optibac Probiotic giúp hỗ trợ hệ tiêu hóa và hệ miễn dịch của mẹ và bé. Đặc biệt, bà bầu là đối tượng rất dễ bị táo bón, chướng bụng, buồn nôn, ốm nghén, vì vậy sử dụng Optibac probiotic trong 3 tháng đầu thai kỳ hỗ trợ rất tốt cho sức khỏe người mẹ.

Hiện nay chưa có nhiều sản phẩm tương tự mà đạt được hiệu quả tác dụng tốt như Optibac Probiotic, nên trong cả hai combo vitamin đã giới thiệu trên đây, các mẹ bầu hoàn toàn có thể kết hợp sử dụng viên uống Optibac Probiotic.

Từ các thông tin về 2 bộ sản phẩm vitamin tổng hợp cho bà bầu, các mẹ hoàn toàn có thể lựa chọn bộ sản phẩm phù hợp với kinh tế và tùy thuộc sở thích của mình. 3 tháng đầu thai kỳ là giai đoạn nhạy cảm nhất của cả mẹ và bé, vì thế các mẹ hãy lựa chọn tốt nhất cho giai đoạn này nhé.



2.2.6

3 Vitamin Tổng Hợp Cho Bà Bầu Từ 3 Tháng Giữa Đến Hết Thai Kỳ

Trong giai đoạn 3 tháng giữa cho đến hết thai kỳ, gần như thai nhi đã hoàn thiện các bộ phận. Tuy nhiên để đảm bảo sự phát triển bình thường của trẻ cũng như đảm bảo sức khỏe khi sinh nở cho bà bầu, các mẹ vẫn cần bổ sung các chất dinh dưỡng cần thiết.

Các dòng sản phẩm vitamin tổng hợp trong ba tháng đầu hầu như đều sử dụng được tiếp tục cho 3 tháng giữa đến hết thai kỳ. Đồng thời các bà mẹ cần bổ sung thêm các dưỡng chất liên quan đến giai đoạn sinh nở và cho bé bú như bổ máu, bổ xương khớp, lợi sữa... Sau đây là top sản phẩm được tin dùng cho 6 tháng cuối thai kỳ và sau khi sinh

3.1 Combo Xanh cho các mẹ bầu tiếp nối Combo 1 ở 3 tháng đầu

Trong Combo xanh này, các mẹ bầu vẫn tiếp tục sử dụng các sản phẩm **Blackmores Pregnancy Iron**, vitamin tổng hợp **Pregnacare Max** và viên uống bổ sung men vi sinh **Optibac Probiotic**. Ngoài ra nên kết hợp thêm các sản phẩm bổ sung Canxi và dưỡng da chống rạn sau đây.

3.1.1 Canxi Ostelin

Từ tuần đầu tiên thai kỳ, thai nhi bắt đầu quá trình hình thành khung xương, và cho đến tuần thứ 10, gần như các bộ phận hoàn thiện. Tiếp theo sau đó trong suốt thai kỳ là quá trình phát triển độ rắn chắc, dẻo dai của xương. Vì thai nhi cần lượng lớn Canxi để hình thành xương nên các bà bầu thường gặp phải tình trạng thiếu hụt Canxi, dẫn đến loãng xương. Vì vậy bổ sung Canxi hàm lượng cao cho bà bầu trong thai kỳ là cực kỳ cần thiết.

Thành phần

Canxi Ostelin được bào chế từ hai thành phần với hàm lượng như sau:

- 12,5 mcg cholecalciferol (tương đương Vitamin D3 500 IU).
- 1,5g canxi cacbonat (tương đương 600mg canxi).

Công dụng

- Hỗ trợ cung cấp vitamin D và Calcium, hỗ trợ hấp thụ Canxi vào xương, giúp xương chắc khỏe.
- Hỗ trợ ngăn ngừa loãng xương ở bà bầu, đồng thời giúp thai nhi phát triển hệ xương vững chắc.
- Duy trì hệ thống miễn dịch của mẹ và bé khỏe mạnh, hỗ trợ ngăn ngừa bệnh đái tháo đường, các bệnh về tim mạch.

Cách sử dụng

- Uống 1 viên/lần x 2 lần/ngày. Uống cùng 1 ly nước lọc lớn.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Úc
- Quy cách đóng gói: lọ 130 viên
- Giá thành tham khảo: 250.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.



3.1.2

3.1.3 Bio Oil chống rạn

Vấn đề thường gặp nhất ở các bà bầu đó là tình trạng rạn da. Rạn da hình thành nhiều nhất từ tháng thứ 3 thai kỳ trở đi và trở nên nặng nề nhất kể từ tháng thứ 7. Rạn da không chỉ gây mất thẩm mỹ mà còn gây ra ngứa ngáy khó chịu, thậm chí là đau rát cho bà mẹ mang thai.

Bio Oil được biết đến là dòng dầu dưỡng đến từ Úc, đã hỗ trợ giảm thiểu và ngăn ngừa cực kỳ hiệu quả và được các bà bầu lựa chọn sử dụng.

Thành phần

Trong dầu Bio oil đặc biệt chứa các vitamin nuôi dưỡng da và các tinh dầu thơm hỗ trợ tăng cường sức sống cho da. Bao gồm:

- Vitamin A
- Vitamin E
- Purcellin oil
- Calendula oil (tinh dầu cúc vạn thọ)
- Rosemary oil (tinh dầu hương thảo)
- Chamomile Oil (Tinh dầu Cúc la mã)

Công dụng

- Hỗ trợ phòng ngừa các vết rạn trong quá trình mang thai. Hỗ trợ cải thiện và làm mờ cả với những vết rạn da cũ.
- Hỗ trợ làm mờ những vết sẹo cũ và sẹo mới, cho làn da sáng đều màu.
- Hỗ trợ kích thích các tế bào tái sinh giúp cải thiện các vết rạn da lồi lõm.
- Hỗ trợ cấp ẩm cho da, hạn chế mất nước, giúp dịu da, mang lại làn da mịn màng hơn.
- Hỗ trợ cải thiện sự xuất hiện của các dấu hiệu tuổi tác trên da: nếp nhăn, chùng da, giúp làn da săn chắc, bóng đẹp, mịn màng.

Cách sử dụng

- Nên sử dụng Bio Oil từ tháng thứ 2 thai kỳ tại các khu vực dễ bị rạn như: bụng, ngực, thắt lưng, hông, mông và đùi... Tiếp tục sử dụng trong suốt và sau thai kỳ để làm giảm các vết rạn da đã có.
- Lấy một lượng dầu dưỡng ra tay vừa đủ, thoa trực tiếp lên da và mát xa nhẹ nhàng cho thấm thấu. Dùng 1 – 2 lần mỗi ngày.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Úc
- Quy cách đóng gói: chai 60 ml, chai 125 ml
- Giá thành tham khảo: 195.000 VNĐ/chai 60ml, 325.000 VNĐ/chai 125ml.

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.



3.1.4

3.2 Combo Hồng cho các mẹ bầu tiếp nối Combo 2 ở 3 tháng đầu

Theo tư vấn từ bác sĩ sản phụ Khoa CK.II Hồng Nhung, bệnh viện Hoàn Mỹ, nếu dùng sản phẩm vitamin tổng hợp Elevit cho bà bầu thì không cần bổ sung riêng thêm sắt và canxi, mà thay vào đó thì bổ sung sản phẩm DHA và omega 3.

Omega-3 là một loại acid béo chiết xuất từ dầu cá, trong đó DHA và EPA đóng vai trò vô cùng quan trọng. Omega 3 tham gia vào sự hình thành và phát triển bình thường của trí não, mắt và thần kinh thai nhi. Ngoài ra EPA và DHA còn có thể ngăn ngừa chuyển dạ và sinh non, giảm thiểu nguy cơ tiền sản giật ở bà bầu. Vì vậy phụ nữ mang thai cần được cung cấp đầy đủ nhu cầu Omega 3 khuyến nghị hàng ngày trong suốt thai kỳ và giai đoạn cho con bú.

Như vậy trong Combo hồng, bên cạnh việc sử dụng **Elevit**, **DHA Bio Island** và **Optibac Probiotic**, các mẹ bầu có thể kết hợp cùng Omega 3 DoppelHerz. Ngoài ra, các mẹ tiếp tục duy trì bôi dầu dưỡng **Bio Oil** để chống rạn da.

3.2.1 Omega 3 DoppelHerz cho bà bầu

Viên uống Omega 3 DoppelHerz là dòng sản phẩm không chỉ cung cấp Omega 3 cho cơ thể mà còn có các vitamin và khoáng chất thiết yếu khác như Acid Folic, vitamin B6, vitamin B12. Sản phẩm Omega 3 Acid Folic B6 B12 được nghiên cứu và sản xuất bởi thương hiệu Doppelherz nổi tiếng tại Úc, dùng được cho mọi đối tượng kể cả **bà bầu cần bổ sung** dưỡng chất cho mẹ và thai nhi.

Thành phần

Trong 2 viên uống Omega 3 DoppelHerz có chứa:

- Dầu cá biển khơi 2000 mg, tương đương 600 mg Omega 3, 360 mg EPA, 240 mg DHA.
- Vitamin E 20 mg
- Folic Acid 600 µg
- Vitamin B6 6 mg
- Vitamin B12 6 µg

Công dụng

- Bổ sung dưỡng chất hỗ trợ phòng ngừa các bệnh về tim mạch, giảm cholesterol.
- Hỗ trợ cải thiện trí nhớ và hạn chế stress, trầm cảm ở bà bầu sau sinh.
- Hỗ trợ phát triển thần kinh, não bộ và mắt ở thai nhi ngay từ khi còn trong bụng mẹ.
- Hỗ trợ tăng khả năng tập trung, hỗ trợ phòng ngừa và điều trị các vấn đề thần kinh thường gặp ở trẻ nhỏ như trầm cảm, tăng động, chậm đi, chậm nói...

Cách sử dụng

- Ngày dùng 1 lần 2 viên ngay sau bữa ăn.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Đức.
- Quy cách đóng gói: Hộp 30 viên
- Giá thành tham khảo: 275.000 VNĐ.

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.



3.2.2

3.2.3 Bio Oil chống rạn

Bio Oil được sử dụng sớm từ tháng thứ 3 và duy trì đến khi sau sinh, cho tới khi các vết rạn nứt mờ dần và biến mất. Các bà bầu cần lựa chọn các loại dầu dưỡng, kem dưỡng cho hiệu quả toàn diện: phòng ngừa rạn da, giảm thâm sẹo và phục hồi da. Bio Oil chính là sản phẩm mang lại hiệu quả tốt, lành tính và dịu nhẹ với mọi giai đoạn thai kỳ.



3.2.4

4 Sau sinh có cần uống tiếp vitamin tổng hợp?

Sau khi sinh, để đảm bảo sức khỏe của mẹ được tăng cường trở lại, các mẹ vẫn cần bổ sung các loại vitamin và khoáng chất. Đồng thời chăm sóc sức khỏe bà mẹ cho con bú cũng là gián tiếp chăm sóc sức khỏe trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Các bà đẻ nên dùng tiếp Canxi, men vi sinh, bổ sung thêm sản phẩm lợi sữa và vitamin tổng hợp dành cho phụ nữ đang cho con bú.

4.1 Vitamin tổng hợp cho phụ nữ sau sinh Pregnacare Breast feeding

Pregnacare Breast-feeding là sản phẩm của thương hiệu nổi tiếng Vitabiotics đến từ Anh Quốc. Các sản phẩm đến từ Vitabiotics được chứng nhận đạt tiêu chuẩn sản xuất DP bởi MHRA – cơ quan thanh tra các sản phẩm thuốc và chăm sóc sức khỏe Y tế Anh.

Pregnacare Breast-feeding cung cấp dưỡng chất cho bà mẹ sau sinh và trẻ nhỏ, giúp tăng cường hệ miễn dịch của cả mẹ và bé.

Thành phần

Mỗi viên nén trong Pregnacare Breast-feeding chứa các vitamin tổng hợp bao gồm:

- Calci (Calci carbonat) 350mg
- Maginesi (Magnesium oxyd) 75mg
- Vitamin C (Acid L-ascorbic) 35mg
- Vitamin E (D-alpha tocopheryl acid succinate) 10mg

- Niacin Nicotinamide) 10mg
- Sắt (sắt fumarat) 8mg
- Kẽm (kẽm sulfat) 7.5mg
- Vitamin B6 (pyridoxine hydrochloride) 5mg
- Pantothenic acid (muối canxi) 3mg
- Vitamin B1 (Thiamin mononitrate) 2.5mg
- Vitamin B2 (riboflavin) 1mg
- Betacaroten 1mg
- Đồng (đồng sulfat) 0.5mg
- Folic acid (pteroylmonoglutamic acid) 200µg
- Iốt (kali iot) 75µg
- Biotin 75µg
- Vitamin K 35µg
- Selen (Natri selen) 15µg
- Vitamin D3 (Cholecalciferol) 5µg
- Vitamin B12 (Cyanocobalamin) 3µg.

Mỗi viên nang trong Pregnacare Breast-feeding chứa:

- DHA (Docosahexaenoic acid) 300mg
- EPA (Eicosapentaenoic acid) 60mg.

Công dụng

- Bổ sung nguồn dinh dưỡng cần thiết cho mẹ, đồng thời tăng nguồn dưỡng chất có trong sữa để nuôi bé.
- Hỗ trợ giảm mệt mỏi, giúp mẹ sau sinh hồi phục sức khỏe nhanh chóng.
- Bổ sung nguồn DHA cao, cho sự phát triển não bộ và trí thông minh của trẻ.
- Bổ sung vitamin D và canxi giúp bé phát triển chiều cao, xương chắc khỏe.
- Có thể bổ sung Pregnacare Breast-feeding từ 6-9 tháng sau khi sinh để thay thế các chất dinh dưỡng mất đi ngay cả khi mẹ không cho con bú.

Cách sử dụng

- Uống 2 viên nén và 1 viên nang mỗi ngày.
- Uống trong hoặc sau bữa ăn. Không uống lúc đói

Ưu điểm

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Anh
- Quy cách đóng gói: hộp 84 viên
- Giá thành tham khảo: 725.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.

4.1.1

4.1.2

4.2 Lecithin DoppelHerz

Trong suốt thai kỳ và sau khi sinh, sự thay đổi nội tiết tố trong cơ thể người phụ nữ gây ra các vấn đề phiền toái như căng thẳng, mệt mỏi, viêm nhiễm phụ khoa, khí hư... Vì vậy một sản phẩm vitamin cho bà bầu sau sinh vừa hỗ trợ bổ sung vitamin tăng cường sức khỏe vừa giúp ổn định nội tiết tố là cực kỳ cần thiết cho giai đoạn sau khi sinh em bé. Lecithin DoppelHerz đến từ thương hiệu DoppelHerz, Đức vừa bảo vệ sức khỏe người mẹ vừa an toàn cho trẻ.

Thành phần

Trong mỗi 3 viên Lecithin DoppelHerz có chứa 1500 mg Lecithin tinh chế từ mầm đậu nành, cùng với đó là các loại vitamin quan trọng:

- Axit folic (vitamin B9) 600 µg
- Niacin (vitamin B3) 48 mg
- Axit pantothenic 18 mg
- Vitamin B1 (thiamine) 3,3 mg
- Vitamin B12 7,5 µg
- Vitamin B2 (riboflavin) 4,2 mg
- Vitamin B6 4,2 mg
- Vitamin E 36 mg

Công dụng

- Hỗ trợ cải thiện và duy trì sức khỏe nói chung của bà mẹ sau sinh.
- Hỗ trợ chuyển hóa năng lượng, giúp ổn định tinh thần, giảm mệt mỏi và căng thẳng, ngăn ngừa các vấn đề trầm cảm sau sinh.
- Thúc đẩy quá trình tạo hồng cầu, nâng cao khả năng miễn dịch, hỗ trợ chức năng hệ thần kinh.
- Hỗ trợ ổn định nội tiết tố, ngăn ngừa và hỗ trợ điều trị rối loạn nội tiết sau sinh.
- Hỗ trợ làm đẹp da, hạn chế mụn, nám, tàn nhang xuất hiện do thay đổi nội tiết, ngăn ngừa nếp nhăn, lão hóa da, chảy xệ.

Cách sử dụng

Uống từ 1 – 3 viên mỗi ngày, sử dụng sau bữa ăn.

Thông tin chung sản phẩm

- Xuất xứ: Đức
- Quy cách đóng gói: hộp 40 viên
- Giá thành tham khảo: 210.000 VNĐ

*Lưu ý: Sản phẩm này là thực phẩm bảo vệ sức khỏe không phải thuốc.



4.2.1

5 Mua vitamin tổng hợp cho bà bầu và sau sinh ở đâu chất lượng chính hãng?

Để mua vitamin tổng hợp cho bà bầu và sau sinh chất lượng chính hãng, các mẹ nên lựa chọn một điểm mua uy tín đồng thời có đội ngũ dược sĩ có chuyên môn cao để được tư vấn lựa chọn sản phẩm bổ sung có thành phần phù hợp.

Các mẹ có thể tham khảo và chọn mua các sản phẩm vitamin tổng hợp cho bà bầu tại Vivita – hệ thống nhà thuốc chuyên cung cấp vitamin, thực phẩm chức năng và quà tặng sức khỏe uy tín, cam kết chính hãng – chất lượng – giá tốt. Tất cả các sản phẩm tại Vivita đều được đảm bảo 100% chính hãng, hàng mới, hạn sử dụng còn xa, đảm bảo về chất lượng cũng như hiệu quả sử dụng cao.



Với phương châm MUA VITAMIN – ĐẾN VIVITA – HÀNG LUÔN LUÔN MỚI, Vivita luôn thực hiện 3 Cam kết khi khách hàng chọn mua sản phẩm tại đây:

- Cam kết 100% chính hãng, đầy đủ tem nhãn. (cam kết 1)
- Cam kết hàng mới, nói không với hàng cận date, hết hạn sử dụng
- Cam kết tư vấn đúng hàng, đúng giá từ đội ngũ được cử có chuyên môn cao, tận tâm, hỗ trợ 24/7.

Vivita còn hỗ trợ miễn phí giao hàng cho khách hàng với giá trị đơn hàng trên 400.000đ ở Thành phố Hồ Chí Minh, Hà Nội Và Trên Toàn Quốc.

Ngoài ra, quý khách hàng còn có thể nhận được nhiều chương trình khuyến mãi kèm theo mỗi tháng khi mua vitamin tổng hợp cho phụ nữ sau sinh tại Nhà Thuốc Vivita. Để lại thông tin hoặc gọi ngay đến tổng đài để được hỗ trợ tư vấn. Hotline/Zalo: 0888 533 350 – 0888 533 350

5.0.1

Để mua vitamin tổng hợp cho bà bầu tại nhà thuốc Vivita ở HCM, quý khách hàng có thể đến:

- Nhà Thuốc Vivita số 1: Số 58 Trần Quý Cáp, Phường 11, Quận Bình Thạnh, Thành phố Hồ Chí Minh. Hotline/ Zalo: 0902 666 962
- Nhà Thuốc Vivita số 1: Số 58 Trần Quý Cáp, Phường 11, Quận Bình Thạnh, Thành phố Hồ Chí Minh. Hotline/ Zalo: 0889 118 267

6 Lời kết

Trên đây **hệ thống nhà thuốc Vivita** đã chia sẻ các mẹ về những bộ sản phẩm **Vitamin tổng hợp cho bà bầu** suốt thai kỳ và sau khi sinh. Nếu có bất kỳ thắc mắc, hãy để lại bình luận bên dưới để được chuyên viên hỗ trợ giải đáp.

Nguồn: <https://vivita.vn/bai-viet/combo-vitamin-tong-hop-cho-ba-bau-hot.html>